

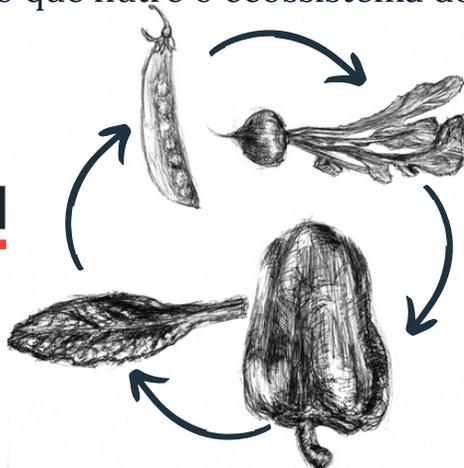
# JARDINAGEM SUSTENTÁVEL

A jardinagem sustentável é um termo amplo para técnicas de produção de alimentos que ajudam a atender às necessidades das gerações atuais e futuras. Técnicas de jardinagem sustentável podem ser usadas em todo o seu jardim para fortalecer seus benefícios ambientais e sociais.

## SISTEMAS DE SOLO

Solo saudável promove plantas saudáveis. As técnicas de cuidado do solo a seguir nutrem suas plantas e o meio ambiente.

- **ROTAÇÃO DE CULTURAS:** faça a rotação de culturas para não plantar culturas da mesma família científica nas mesmas áreas do seu jardim de uma estação para a outra. Isso ajuda a equilibrar o teor de nutrientes do solo e reduz os danos causados por pragas, minimizando a necessidade de pesticidas e fertilizantes sintéticos.
- **CULTURAS DE COBERTURA:** use culturas de cobertura para proteger e reabastecer o solo quando a terra não estiver em uso. Os benefícios do cultivo de cobertura incluem prevenção de erosão, aumento de matéria orgânica, supressão de ervas daninhas, fixação de nitrogênio e muito mais. As culturas de cobertura geralmente vêm em uma mistura de diferentes espécies. Algumas das culturas de cobertura mais comuns são trevo carmesim, trigo sarraceno, aveia e ervilhaca peluda.
- **COMPOSTO E FERTILIZANTE ORGÂNICO:** embora os fertilizantes sintéticos estimulem o crescimento rápido, eles geralmente interrompem a cadeia alimentar natural do solo e levam à poluição dos cursos de água. O composto e os fertilizantes orgânicos contêm nutrientes em quantidades muito menores que muitas vezes são liberadas lentamente ao longo do tempo, o que minimiza a poluição dos fertilizantes. Além disso, o composto adiciona fungos, bactérias e invertebrados ao solo, o que nutre o ecossistema do solo em vez de prejudicá-lo.



CITY of **BOSTON**



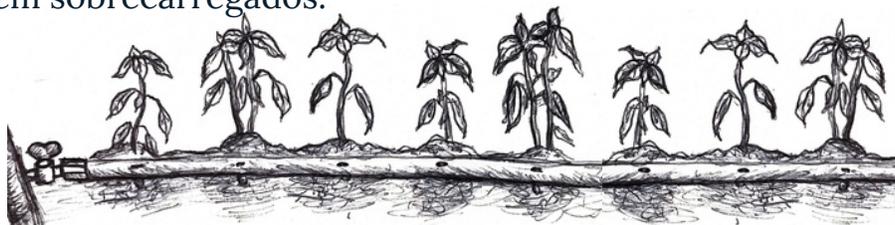
GrowBoston

growboston@boston.gov

# SISTEMAS DE ÁGUA

A saúde dos sistemas de alimentação e água estão intimamente ligados. Aqui estão várias ações que você pode adotar em seu jardim para conservar a água e reduzir a poluição da água:

- **IRRIGAÇÃO POR GOTEJAMENTO:** considere o uso de irrigação por gotejamento ou mangueiras de imersão em vez de aspersores rotativos. A irrigação por gotejamento libera água lentamente, o que reduz a perda de água resultante da evaporação.
- **COLHEITA DE ÁGUA DA CHUVA:** configure um sistema de captação de água da chuva para coletar água que de outra forma não seria utilizada no jardim. Isso reduz o escoamento de águas pluviais e a necessidade de entradas de água adicionais.
- **JARDINS DE CHUVA:** plante um jardim de chuva que contenha plantas, como corniso, hamamélis, serralha do pântano e grama alternada que ajudam a capturar e filtrar qualquer escoamento de águas pluviais restante. Os jardins de chuva também retardam a liberação de águas pluviais, o que ajuda a evitar que os sistemas de esgoto fiquem sobrecarregados.



# SISTEMAS DE PLANTAS

- **HABITAT POLINIZADOR:** instale plantas conhecidas por atrair polinizadores e insetos benéficos, como serralha, gramíneas nativas e flores silvestres. Plantar uma variedade de flores que florescem ao longo da estação beneficiará uma variedade de espécies nativas. O habitat dos polinizadores é benéfico para a produtividade dos jardins e é importante para apoiar a biodiversidade de insetos.
- **PLANTIO COMPANHEIRO:** use estratégias de plantio companheiro para reduzir a necessidade de insumos de fertilizantes e pesticidas. As plantas companheiras são culturas que crescem bem juntas porque têm propriedades e necessidades complementares, como contribuições de nutrientes, mitigação de pragas e atração de polinizadores. Tomate e manjericão, milho e feijão, cebola e batata são três pares de plantas companheiras.



**Fontes:** Missouri Botanical Garden, University of Wisconsin-Madison Horticulture Extension, The New York Botanical Garden, UMass Center for Agriculture, Food, and The Environment. Ilustrações de Olivia Golden.